



据枪上膛！ 九家媒体派队参战

专访水木射击俱乐部创办人罗玉麟

非实弹射击

另辟蹊径



罗玉麟 水木射击俱乐部供图

实弹射击一模一样的，在有利于提高成绩的数据采集上更是超过了实弹射击。所以在人才培养上，非实弹射击已经可以和实弹射击无缝对接。像去年底在首届全国学生运动会的步枪项目（实弹）上崭露头角的天津小将张力元，此前就是从光电步枪训练出来的，再如刚刚取得巴黎奥运会参赛资格的山西小将赵楠，也是从非实弹射击训练出来的。

经过几年的实践，国内射击界渐渐认识到非实弹射击打得好，实弹射击肯定打得更好，所以非实弹射击在射击人才培养上可谓另辟蹊径，其训练条件正在逐步完善，目前国内已经有14个省、自治区、直辖市的运动会增设了非实弹射击项目。“但是像广东这样的体育强省，其省运会还只有实弹射击而没有非实弹射击，国家层面也尚未设立全国性的非实弹射击赛，这说明非实弹射击在国内的推广普及还有很大的提升空间。”罗玉麟说，“这也是我们办羊城杯媒体射击赛的初衷，媒体是推广普及非实弹射击最好的渠道，我们希望借助媒体人的亲自上场，促进这个项目在国内的发展，让大家认识到非实弹射击的趣味性和重要性。我相信啊，巴黎奥运会后中国射击协会就会力推这个项目，非实弹射击全国赛是早晚要办起来的。”

羊城晚报记者 梁劲松
周方平 龙希

巴黎奥运

前奏

国乒奥运阵容全部出炉 王楚钦身兼三项

5月14日，中国乒乓球协会在官网上对中国国家乒乓球队2024年巴黎奥运会女单和男、女子团体项目参赛运动员名单进行了公示。女单参赛运动员为孙颖莎、陈梦、王曼昱、王艺迪（Ap替补运动员）。男子团体参赛运动员为王楚钦、樊振东、马龙、梁靖崑（Ap替补运动员）。

中国乒协此前已对巴黎奥运会混双、男单参赛运动员名单进行过公示。混双参赛运动员为王楚钦/孙颖莎，男单参赛运动员为王楚钦、樊振东。

女单两位参赛选手中，孙颖莎在整个巴黎周期内都有着极其稳健的发挥，当之无愧获得了一个单打席位；陈梦则凭借着在沙特大满贯赛一路过关斩将夺冠的表现，最后时刻力压竞争对手王曼昱，获得了另一个单打名额。王曼昱则作为第三人出战女团比赛，三年前在东京，王曼昱作为P卡选手随队出征，并在团体赛开始前顶替旧伤复发的刘诗雯，出色地完成了任务。在巴黎奥运会周期里，王曼昱逐渐成长为顶级选手，她与陈梦配对组成的“梦昱”组合今年已夺得新加坡大满贯和沙特大满贯两项重要赛事女双冠军，是出战女团的合适人选。

男单两位参赛选手分别是王楚钦和樊振东。无缘男单比赛的老将马龙，将会作为第三人出战巴黎奥运会团体比赛，迎来他个人的第4届奥运会之旅。值得一提的是，如果在巴黎奥运会上国乒成功夺得男子团体项目金牌，马龙将创纪录地以6枚金牌成为中国获得奥运金牌数量最多的运动员。

从阵容上看，国乒男队在巴黎奥运会上面面对的压力远比女队要大得多：作为目前男单的世界第一，王楚钦近期的状态毋庸置疑，男队“双子星”的另一名成员樊振东近期遭遇伤病困扰，竞技状态持续低迷。本年度，樊振东出战七站比赛，已两轮“外战”（仁川冠军赛半决赛负于雨果、沙特大满贯不敌弗朗西斯卡），从去年下半年起已一冠未得，在5月28日剔除德班世乒赛冠军积分后，“小胖”的世界排名可能从第二跌至第四，而樊振东上一次位列世界第四还是在2015年。羊城晚报记者 吕航



王楚钦身兼三项 新华社发

国乒巴黎奥运会 参赛运动员完整名单

- 男子单打：王楚钦、樊振东
- 女子单打：孙颖莎、陈梦
- 混合双打：孙颖莎/王楚钦
- 男子团体：王楚钦、樊振东、马龙
- 女子团体：孙颖莎、陈梦、王曼昱
- 男子Ap替补运动员：梁靖崑
- 女子Ap替补运动员：王艺迪



体验射击运动的新闻工作者们 羊城晚报记者 詹锡伟 摄

巴黎奥运会射击赛7月鸣枪，为了让大家提前体验射击运动的魅力，第一届羊城杯媒体射击赛将于6月初在水木射击俱乐部顺德店鸣枪。

本次比赛由羊城晚报文体部与水木射击俱乐部携手举办，广东省内有9家新闻单位参赛，包括南方都市报、广州广播电视台竞赛频道、信息时报、广东广播电视台体育频道、广州日报、新快报、羊城晚报、广东广播电视台台新闻广播频率、南方日报。

举行比赛的水木射击俱乐部，发轫于清华大学射击队，易思玲、高静、曹逸飞、陈芳等射击高手作为曾经的清华学子均为该俱乐部顾问，而俱乐部创始人是清华大学射击队的第七任队长罗玉麟。中国大陆对射击运动的业余赛训练用真枪实弹后，非实弹射击逐步成为国内射击普及和推广的重点，水木射击俱

羊城晚报记者 梁劲松
周方平 龙希

乐部正是看到这一趋势，建立起一比一还原奥运赛场的非实弹射击场，成立至今已有过万人次来此体验，场内的光电射击系统也不断升级，为射手们提供更为专业的射击体验。

按照赛程，每家新闻单位选派三位身体素质良好、对射击运动有兴趣的新闻工作者组成代表队，参赛报名结束后，各支代表队已陆续前往水木射击俱乐部开始射击训练和模拟赛，从据枪上膛开始，渐渐领略射击的魅力。正赛当天角逐的项目为10米激光步枪（有依托），经过预赛和决赛计算出参赛选手的个人成绩并累计出参赛队的团体成绩。据悉，决赛时将有奥运冠军级别的神秘嘉宾莅临现场，为获奖的单位及个人颁奖。

媒体人，打过球的多，摸过枪的少，所以收到第一届羊城杯媒体射击赛的参赛邀请函后大家都很好奇：“怎么比赛？枪弹横飞吗？”“我们都是近视眼，打枪打得中吗？”“弱弱地问一句，有防弹衣穿吗？”……带着同行们的一堆问题，羊城晚报记者专访了水木射击俱乐部的创办人罗玉麟。

拿过世界大学生射击锦标赛冠军的罗玉麟，平日训练都戴着眼镜，身体力行地回答了近视眼打枪准不准的问题。“首先我要强调，咱这是非实弹射击赛，射击运动最关键的安全问题是已经得到解决的。”他抬了抬眼镜继续说，“实弹确实有危险，尤其是青少年摸枪，所以国外在参加射击运动，而且还可以打得准，国内外多位奥运冠军都是‘近视眼’。

这两个问题才同时得到解决。”

国内在禁止业余实弹射击的背景下，专业体校一度成为培养射击人才的唯一路径，把很多射击爱好者、好苗子都挡在了门外。在罗玉麟印象中，“直到2016年、2017年左右，国内才开始有非实弹射击，我们也是国内最早的一批做非实弹射击的社会俱乐部，中国射击后备人才由此摆脱了仅靠体校单一路径培养的尴尬。”

场地、装备、规则……非实弹射击的整个赛训系统已经达到和奥运实弹射击完全一致的水平，以本次媒体赛采用的枪械为例，这种光电步枪在技术上已经升级到第五代，虽然击发环节有别于实弹射击，但枪型上采用一比一复刻奥运专业赛事气枪的枪支结构，射击精度、枪体重量、扳机感觉等多个方面都是与

射击小问答

问：射击运动中的10米步枪项目，对参与者的视力有没有要求？
答：10米步枪项目使用的枪支瞄具只是单纯起到辅助瞄

准的作用，参与者在十米距离上基本看不见靶子的靶心，射击靠的是稳定和感觉，因此对视力没有很高要求，“近视眼”不仅可以参加射击运动，而且还可以打得准，国内外多位奥运冠军都是“近视眼”。

广东卫视黄金档热播《淇国夫人》 演绎『中国巾帼英雄第一人』传奇

由陈健执导，叶璇、任重等人主演的粤产历史传奇剧《淇国夫人》正在广东卫视“活力剧场”独家播出。该剧由广东广播电视台、茂名市委宣传部、北京光兆大地传媒有限公司出品，广东卫视文化传播有限公司、广东南方领航影视传播有限公司联合出品。日前，该剧导演陈健、监制于承艳及主演任重、常戎、王露希、刘昱彤再回广东茂名拍摄基地故地重游，感受岭南风情，并接受媒体采访分享剧集拍摄背后的创作故事与感受。

A 展现俚族风情，讲述洗夫人传奇一生

洗夫人是岭南杰出女性，她出生于南北朝时期的古高凉（今广东茂名），一生经历过梁、陈、隋三朝，是我国古代著名的政治家、军事家和社会活动家，被封为“淇国夫人”。

在洗夫人的一生中，她矢志于反对分裂割据、维护国家统一和民族团结，因此也被尊称为“岭南圣母”“华夏圣母”，还曾被周恩来总理赞誉为“中国巾帼英雄第一人”。

电视剧《淇国夫人》以洗夫人的传奇一生为背景，主要讲述了她生于战乱，在复杂艰难的冲突斗争中融合岭南各部落，推动

社会进步、民族和睦，毕生致力于国家统一的感人故事。

电视剧《淇国夫人》的播出，让洗夫人的传奇故事从文献记载和民间传说中走上电视荧屏，为更好地展现人物风采和岭南风情，主创团队翻阅大量的史料，在制作上精益求精，尽可能地展现出岭南人物的性格特征和岭南建筑的风貌特点。

剧组还有意识将岭南的民俗、地域特产、自然风光植入人物故事，诸如中国第一滩、浪漫海岸、晏镜岭、有福城等茂名景点都会在剧中出现，以便更多的观众了解更多岭南风

貌、文化和历史。

另外，洗夫人是广东俚族的女首领，为了突出俚族风情，主创团队在美术上花费了大量心血。制片人于承艳表示：“我们美术组的同事提前一年半时间来到广东，把博物馆里关于俚族的资料全部调齐，剧中一闪而过的器皿，我们都是照着博物馆出土的文物一比一复制。我们在博物馆发现当时俚族人有很多吉祥图腾符号，像孔雀羽、蛇形纹、雷神图案等，所以我们在演员的头饰、服饰上都做了一些多角度的俚族符号的体现。”

B 潜心打造一座城，让洗夫人“回家”

为精彩呈现一个有血有肉、有情有义、为国为民的洗夫人，《淇国夫人》集结了实力派创作班底，遵循“大事不虚，小事不拘”的原则潜心创作。

制片人于承艳透露，《淇国夫人》从筹备到播出，花费时间长达十年之久。

曾执导战争题材剧《亮剑》的陈健担任了《淇国夫人》的导演。他说：“我们所有的演员都想通过这个戏，让更多的人了解洗夫人、认识洗夫人，认识我们中国还有这么一个伟大的女性。”

谈起创作中面临哪些难题，于承艳对记者表示，困难之一便是如何还原人物真实的生活场景：“南北朝时期的建筑本身留存就很少，洗夫人的家——‘俚寨’，在国内各大影视城都没有与之相对应的建筑样式，我们就查阅大量资料，在洗夫人的家乡广东茂名潜心打造了一座俚寨。”

陈健也谈到了这一点：“美术部门用成百上千的人力，花费巨大精力，在茂名搭建了一个俚寨，咱们一定要让洗夫人‘回家’。”

此次回到茂名洗夫人拍摄

基地故地重游，也让陈健感触良多：“我们当时的拍摄选址原来只是一个河塘，现在真的成了一个影视基地，我们花了那么多人力物力建的这些景留在茂名，造福了很多人，这是一件值得高兴的事。”

把历史上洗夫人的故事搬

上荧屏，陈健认为，最重要的是抓住穿越千年的“真情实感”：“其实古代人咱们谁也没有见过，但是我觉得，不管是什么时代，真情实感是一样的，真心流露是一样。拍戏真的跟生活、做人、做事是一个道理，我就是这么衡量演员、要求演员的。”



洗夫人与丈夫冯宝感情甚笃



叶璇饰演洗夫人

C 女主外男主内，叶璇任重演绎神仙夫妻

任重在中饰演洗夫人的夫君、高凉太守冯宝，他认为该角色“内敛、帅气”。据了解，《淇国夫人》是任重自2017年参演《那年花开月正圆》之后，时隔多年再次出演古装剧，他坦言此次的拍摄感受与此前完全不同。

“首先就是时代背景不同，我拍《那年花开月正圆》的时候是清装，男演员全部要剃头。而我们这部戏要戴全头套，从妆发上、服装上是不一样的。但是真正核心的不同还是在剧中人跟现代人的行为举止是不一样的，我们在拍摄洗夫人这个故事的当下，学到了很多俚族、俚寨的礼仪礼节，我们非常注重这些细节。”任重说道。

剧中，冯宝与洗夫人之间的感情备受关注，两人互相尊重，并肩作战。任重介绍说：“洗夫人和冯宝是一对非常和睦的夫妻，备受后人尊敬和信奉。”他表示，自己是在片场拍戏的时候，才知道冯宝与洗夫人被当地人誉为“合和二仙”，他们感情和睦的故事靠口碑相传延续了一千多年。洗夫人的家庭不像中国传统家庭那般“男主外、女主内”，而是恰恰相反。“按照现代的话说，冯宝是人赘了洗家，他其实是一个非常好的贤内助。不管是民间的传说，能把两个历史上真实存在的人物誉为‘合和二仙’，我觉得已经



任重饰演冯宝

足以说明冯宝在家庭当中对于妻子的支持了。”

对于冯宝一角，饰演其父冯宝的演员常戎认为这是一个非常讨喜、有魅力的角色，“洗夫人雄才大略，我饰演的冯宝，因为看好她是一个非常优秀的女性，于是就让自己的儿子冯宝和她联姻。我个人理解，洗夫人对南粤当时的经济、文化和民族大融合，作出了不可磨灭的贡献，这其中，也有她丈夫的莫大功绩。而任重一直是一位受女性观众青睐的演员，这部戏里洗夫人一角比较强，而冯宝一角比较内敛，我觉得这对于女性观众而言也是一个特别好的看点，我觉得大多数女性观众通过这部戏会更加

喜欢任重。”

洗夫人一角由叶璇扮演。她表示：“很荣幸能接受这样一个富有挑战的角色。”叶璇说：“我一直准备着演一位女政治家，所以我算是‘活’在了这个角色里很长的一段时间了，也希望最后的呈现能让观众感受到我们做过的功课。”

在任重眼里，叶璇是特别认真、敬业的演员，对自己的要求也非常严格，从妆发造型到剧情沟通，很多细节都会找制片人进行沟通。“我觉得我的戏份已经属于‘挺辛苦’了，每天拍十几个小时，但我也就拍了一个多月，叶老师在片场奋战了三个多月时间，每天兢兢业业，十分不易。”